રાજકોટ મહાનગરપાલિકા

ડૉ. આંબેડકર ભવન, ઢેબરભાઈ રોડ, રાજકોટ-૩૬૦ ૦૦૧

-: અખબારી યાદી :-

કોરોનાને મ્હાત આપી પોતાની ફરજ પર પરત ફરતા મહાનગરપાલિકાના નાયબ કમિશનરશ્રી એ. આર. સિંહ

કોરોના પોઝિટિવ આવવાથી ગભરાવું નહી, આયુર્વેદિક ઉકાળા, નાસ અને વિટામીન – સી નું પ્રમાણ વધારે રાખવું: ડે. કમિશનરશ્રી

તારીખ: ૧૫-૦૯-૨૦૨૦

કોરોના પોઝિટિવ આવ્યેથી ડરવાની જરૂર નથી, તાત્કાલિક સારવાર અને સાવચેતીથી તમે કોરોના સામે લડી શકો છો. તેનું ઉત્તમ ઉદાહરણ છે રાજકોટ મહાનગરપાલિકાના ડેપ્યુટી કમિશનરશ્રી એ. આર. સિંહ. જેમને થોડા સમય પહેલા કોરોના પોઝિટિવ આવ્યો હતો, અને હોમ આઇસોલેશન સારવાર હેઠળ રાખવમાં આવ્યા હતા. જેઓ આજે તા. ૧૫-૦૯-૨૦૨૦ ના રોજ સંપૂર્ણ સ્વસ્થ થઈને પોતાની ફરજ પર પરત ફર્યા છે. ફરજ પર આવતાની સાથે જ પોતાની સંપૂર્ણ જવાબદારી ઉઠાવી લીધી હતી અને પુરજોશમાં કામગીરી હાથ પર લઇ રાજકોટને કોરોના મુક્ત બનાવવા જહેમત ઉઠાવી રહ્યા છે.

ડે. કમિશનરશ્રીએ કોરોના સામે લડવા બાબતે જનતાને જાણકારી આપતા જણાવ્યું હતું કે, કોરોના પોઝિટિવ આવ્યેથી ગભરાવાની જરૂર નથી. વહેલી સારવાર થાય તે

મહત્વનું છે. જેટલું વહેલું નિદાન કરશું તેટલી વહેલી સારવાર મેળવી શકીશું. કોરોના પોઝિટિવ દર્દીઓ ઘરે પણ સારવાર લઇ શકે છે. ઘરે સારવાર દરમ્યાન દરરોજ આયુર્વેદિક ઉકાળો પીવો જોઈએ જેનાથી રોગ પ્રતિકારક શક્તિમાં વધારો થાય છે, નિયમિત નાસ લેવો જેનાથી નાક દ્વારા શરીરમાં ગરમ હવા પ્રવેશે અને શરીરની અંદરથી વાઇરસને નાબુદ કરશે, ઉપરાંત વિટામીન – સી ની પ્રમાણ વધારે રાખવું, જેનાથી શરીરની ઇમ્યુનીટી પાવરમાં વધારો થાય છે. સારવાર દરમ્યાન હળવો ખોરાક લેવો અને ગરમ પ્રવાહીનું સેવન કરવાનું રાખવું જેનાથી શરીર પ્રમાણમાં પચાવી શકે. સૌથી અગત્યની બાબત એ છે કે જ્યાં સુધી કોરોના સામે સંપૂર્ણ સાજા ન ત્યાં સુધી સંપૂર્ણ આરામ કરવો.

(જન સંપર્ક અધિકારી)